Потешки для малышей

Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре

в 1-ой младшей группе.

Программное содержание: упражнять детей в ходьбе и беге по кругу колонной по одному, закреплять умение подлезать под дугу на четвереньках (с опорой на ладони и колени), сохранять равновесие при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.

Пособия. По 2 погремушки на каждого ребенка, дуги , 2 рейки.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Программное содержание | Ход занятия |
|  |  | Перед входом в зал дети видят Зайку (игрушку), около игрушки волшебный мешочек, в нем погремушки.  **Звучит потешка:**  Сидит, сидит зайчик  Под кустом, под кустом.  Охотнички едут,  Едут скачут в поле  Во пустом, во пустом.  - Вы, охотнички, скачите,  На мой хвостик поглядите -  Я не ваш, я ушел!  Показываю детям волшебный мешочек, прошу угадать, что в нем гремит? (Ответы детей).Раздаюпогремушки |
| I | Ходьба по кругу колонной по одному. | Как у нашего кота  Шубка очень хороша.  Как у котика усы  Удивительной красы.  Глаза смелые.  Зубки белые.  Выйдет котя в огород –  Всполошиться вес народ.  И петух и курица  С деревенской улицы.  Станут котю в гости звать.  Станут котю угощать |
|  | Бег колонной по одному. | -Куда бежите, ножки?  -По летней дорожке  С бугра на бугор,  За ягодой в бор  В зеленом бору  Тебе наберу  Черной черники,  Алой земляники. |
|  | Ходьба по залу колонной по одному. Дыхательное упражнение.  Построение в круг. |  |
|  | **ОРУ (с погремушками):** |  |
|  | «Тень-тень, потетень»  **1.**И.п.: ноги на ширине ступни, погремушки в обеих руках внизу. Поднять погремушки через стороны вверх, позвонить, опустить, вернуться в и.п.(5 раз). | Тень-тень, потетень, Выше города плетень. Сели звери под плетень. Похвалялися весь день: Похвалялася лиса: – Всему свету я краса! Похвалялся зайка: – Поди, догоняй-ка! Похвалялись ежи: – У нас шубы хороши! Похвалялся медведь |
|  | «Тили-бом»  **2.**И.п.: ноги на ширине плеч, погремушки в обеих руках за спиной. Наклониться, коснуться погремушками носков ног, вернуться в и.п.(4 раза). | Тили-тили, тили-бом!  Загорелся кошкин дом!  Кошка выскочила.  Глаза выпучила.  Бежит курица с ведром  Заливать кошкин дом. |
|  | «Курочки»  **3.** И.п.: ноги на ширине ступни, погремушки ноги на ширине ступни, погремушки у плеч. Присесть, положить погремушки на пол; встать, руки на пояс; присесть взять погремушки, выпрямиться, вернуться в и. п.(4 раза). | Как у наших у ворот  Петух зернышки клюет.  Петух зернышки клюет.  К себе курочек зовет:  -Вы, хохлушечки!  Вы, пеструшечки!  Я нашел для вас орех.  Разделю орех на всех  По крупиночке,  По осьминочке. |
|  | «Тетери»  **4.** И.п.: сидя на пятках, погремушки у плеч. Повернуться вправо (влево), положить погремушку у носков ног; повернуться вправо (влево), взять погремушку, вернуться в и.п. (по 3 раза в каждую сторону). | К**а**к на нашем на лугу  Стоит чашка творогу.  Прилетели  Две тетери.  Поклевали.  Улетели |
|  | «Лебедушка»  **5.**И.П.: лежа на животе, погремушки у подбородка. Приподнять верхнюю часть туловища, вытянуть руки вперед, вернуться в и.п. | Вдоль по реченьке лебедушка плывет,  Выше бережка головушку несет.  Белыми крылышками помахивает,  На цветы водицу стряхивают. |
|  | **6.**И.п.: ноги слегка расставлены, погремушки внизу. Прыжки на 2-х ногах на месте в чередовании с ходьбой. | прыжки)  Солнышко-вёдрышко!  Взойди поскорей,  Освети, обогрей –  Телят да ягнят,  Ещё малых ребят.  **(Ходьба)**  Дождик, дождик, веселей! Капай, капай, не жалей! Только нас не замочи! Зря в окошко не стучи - Брызни в поле пуще: Станет травка гуще! |
|  | **Основные виды движений** |  |
|  | 1. Подлезание под дугой на четвереньках (высота 40 см)  (Дети ползут в теремок к зайке) | Сидит белка на тележке.  Продает она орешки:  Лисичке-сестричке.  Воробью. Синичке.  Мишке толстопятому,  Заиньке усатому.  Кому в платок,  Кому в зобок,  Кому в лапочку. |
|  | 2.Ходьба и бег между 2-мя линиями (ширина дорожки 40см | Чики, чики.кички,  Березовые лычки!  Летели две птички,  Собой невелички.  Как они летели,  Все люди глядели,  Как они садились,  Все люди дивились |
|  | **Подвижная игра «Птички и кошка»** | Птички летят,  Колокольчики звенят.  Раз, два, не воронь!  Разбежались, как огонь.  Дети ходят по кругу, взявшись за руки, на последние слова разбегаются по залу, по сигналу «Кошка!» (воспитатель), дети убегают на скамейку. |
| III | Ходьба по залу, упражнение на дыхание. | Пошел котик во лесок,  Нашел котик поясок,  Нарядился, воротился,  Стал он люлечку качать. |